

CANNAMELA

Branzino al mirto



Ingredienti

- 900g branzini
- 1 spicchio d'aglio
- 40g vino bianco
- 1 cucchiaino mirto foglie CANNAMELA
- 20g olio di mais
- qb sale
- Per servire: insalata



Porzioni
4 persone



Portata
Secondo



Tempo
15 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
In forno



Kcal per
persona
236*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1 Adagiare i branzini puliti in una teglia protetta con carta da forno.
- 2 Condirli con sale e l'aglio tritato.
- 3 Irrorare con un filo d'olio di mais.
- 4 Profumare con il mirto foglie CANNAMELA.
- 5 Bagnare con il vino bianco.
- 6 Porre i pesci in forno caldo a 200° per 25/30 min.
- 7 Trascorsi 10 min irrorare il pesce con il fondo di cottura.
- 8 Quando il pesce sarà cotto, sfornare e servire subito accompagnando con insalata.